

ささえーる こもる

2026
5
月号



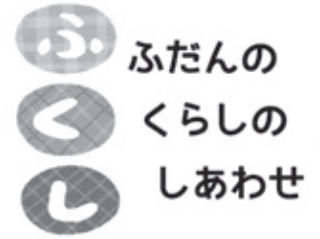
～ 今年度もよろしくお願いたします ～

小諸市社会福祉協議会では、皆さまとともに支え合う地域づくりを進めています。地域の皆さまの力を借りながら、つながりを大切にし、誰もがその人らしく安心して暮らすことができる地域社会の実現を目指しています。これからも一人ひとりに寄り添い、あたたかな支援の輪を広げていきます。

5月号の主な内容

- 法人内組織体制紹介
- 令和8年度事業計画、予算
- 地区活動紹介
- 市民活動 井戸端会議
～できることから始める支え合い～
- 寄付紹介
- 令和8年度ささえ愛サポーター研修ご案内

令和8年度 小諸市社会福祉協議会 組織図



会
長

事務局
長

事務局
次長



写真左から依田秀幸事務局長、相原久男会長、金箱翼事務局次長

- ・高齢者福祉センター
- ・ボランティアセンター
- ・ファミリーサポートセンター



総務生活支援係



【主な業務】

- ・法人運営・社協会費・リフト車貸出・共同募金・日赤小諸市地区・各種貸付相談・日常生活自立支援事業・災害対策・広報活動 など

代表 (総務生活支援係・地域福祉係)	25-7337
相談支援係	31-5531
まいさぼ小諸	31-5235
地域包括支援センター	26-2250
高齢者福祉センター「こもれび」	22-5550
市民活動・ボランティアサポートセンター	26-0315
ファミリーサポートセンター	31-5093

地域福祉係



【主な業務】

- ・健康達人区らぶ・介護予防教室運営支援・災害時等住民支え合いマップ・福祉推進委員会 など

相談支援係



【主な業務】

- ・障がい児(者)相談支援事業「ホワイトぼてと」・まいさぼ小諸・緊急食糧等提供事業・子育て世帯訪問支援事業 など

地域包括支援センター



【主な業務】

- ・総合相談・権利擁護・包括的継続的マネジメント・介護予防ケアマネジメント・認知症施策・地域包括ケアシステムの取り組み など

よろしく
お願いします



令和8年度 小諸市社会福祉協議会事業計画

【基本理念】

地域福祉を推進する団体として、「誰もがその人らしく安心して暮らすことが出来る地域社会」を地域住民と協働で創ります。

【基本方針】

基本理念に基づいて、次の方針で事業を展開します。

- 総合的な相談体制の整備
- 地域ニーズに基づいた事業の展開
- 住民主体のサービスの実施

【主な事業方針】

1. 総合的な相談体制の維持

- (1) 高齢者の相談窓口としての質の向上
地域包括支援センターは65歳以上の方のワンストップ相談窓口として、本人や世帯の抱える困りごとを受け止めます。本人の望む暮らしの実現に向け、関連機関と共に支援を行います。
- (2) 生活の苦しさに関する相談窓口としての質の向上
まいさぼ小諸は生活の苦しさに関するワンストップ相談窓口として、本人や世帯の抱える困りごとを受け止めます。本人の望む暮らしの実現に向け、関連機関と共に支援を行います。

3. 制度の隙間に対する取り組みの推進

- (1) 児童福祉分野の取り組み
サマーキッズフェスタの継続と併せて、世代間交流等を通じた子どもの居場所づくりに取り組みます。また、子どもの居場所の多層化のために、こども食堂やこども支援団体との連携を強化します。
- (2) 身寄りがない方等への取り組み
昨年10月より開始した終身サポート事業、金銭管理支援・財産保全サービス事業の運用を進め、より多くの方のニーズに応えられるよう両事業の基盤整備に取り組みます。

(2) 区を越えた圏域での支え合い体制の整備

生活支援コーディネーターの機能を発揮し、有償生活支援サービスなど、区を越えた圏域での支え合い体制の整備を進めます。

(3) 佐久圏域での支え合い体制の整備

食品アクセス緊急確保支援事業を活用し、佐久ブロック管内社協や関連団体と広域的な地域福祉推進における課題や取り組みを共有し、具体的な枠組み作りを進めます。

(4) 更に広がりのあるネットワークの構築

フードドライブやアルバイト事業などを切り口として商工農分野等との協働を進めることで、より広がりのある支え合い体制の構築に取り組みます。

2. 支え合う地域づくりの推進

- (1) 民生・児童委員の改選に配慮した区内支え合い体制の整備
昨年12月に改選期を迎えた民生・児童委員の方々と共に、持続可能な区内支え合い体制の整備に取り組みます。

法人全体 資金収支当初予算

法人：社会福祉法人 小諸市社会福祉協議会

■収入		単位 (円)
勘定科目	当初予算額	
会費	7,100,000	
寄附金	150,000	
経常経費補助金	22,349,000	
受託金収入	197,776,000	
事業費収入	1,211,000	
介護保険事業収入	19,365,000	
障害福祉サービス等事業収入	4,548,000	
その他の活動等	15,198,000	
収入合計	267,697,000	

■支出		単位 (円)
勘定科目	当初予算額	
人件費支出	200,875,000	
事業費支出	14,912,000	
事務費支出	29,275,000	
助成金支出	7,632,000	
その他の活動等	15,003,000	
支出合計	267,697,000	

■事業別支出		単位 (円)
拠点区分	当初予算額	
地域福祉協働事業	138,424,000	
共同募金配分金事業	2,719,000	
障害福祉サービス事業	5,622,000	
地域包括支援センター運営事業	120,932,000	
支出合計	267,697,000	

拝見!

地域のつながり・支え合い

御牧ヶ原区

介護予防活動事業で手打ちそば振舞う

御牧ヶ原区介護予防活動事業の給食会では、参加者の皆様にそばが振舞われました。御牧ヶ原区には蕎麦打ち会があり、25年ほど続いて



います。川辺地区の植木主任児童委員が会長を務めており、粉からそばを準備していました。コシの強いそばは参加者からも好評で「おいしい」「お店以上の味だ」など声上がり、多くの皆様がおかわりをされていました。そばの実も御牧ヶ原産だと教えていただきました。机の上には参加者が用意してくれた漬物やお浸しなどもあり、そばを引き立ててくれていました。参加者の皆様はそばをいただきながらお話も盛り上がり、多くの笑い声でいっぱいになっていました。

一人で食事をするのではなく、こうした場で顔を合わせながら、会話を楽しむことが介護予防の一つになることを実感しました。また、こうした活動は役員だけで行うのは負担が大きく、準備や当日の運営など多くの人が力を出し合うことで成り立っていると感じました。

諸 区

手のひらで春を楽しむ 押し花教室

諸区介護予防活動の一環で、高橋先生による「押し花教室」が開催されました。今回の教室では押し花を使って、オリジナルはがきとコースターを作りました。



参加者は色とりどりの花や葉を手に取り、作品づくりに挑戦!「センスが良いね!」と言葉が飛び交う温かい雰囲気の中、自分だけの作品が出来上がっていききました。

参加者からは「時間を忘れて夢中で作れた」「使わずに家に飾っておきたい」という感想が寄せられました。作品づくりを通じた交流も生まれ、参加者同士が作品を見せ合い、会話に花を咲かせました。

押し花は、季節の彩りを楽しむことができる芸術です。作る、見る、考えるといった五感を活用した活動は、年齢に関係なく誰でも楽しむことができます。皆さんもぜひ、時間を忘れて自分だけの作品を作ってみませんか?

小諸東中学校

2学年総合的な学習の時間発表会

第一部「社会との関わり」小諸で働く（職場体験）に参加させていただきました。

市内外の様々な企業等で職場体験をされてきた内容をご報告いただきました。短い時間でしたが、それぞれ工夫を凝らしてわかりやすい報告となっていました。

全体を通してキーワードとして上がっていたのが「人との関わり」「コミュニケーションの大切さ」でした。これらは多くの発表からも聞かれています。

小諸市社協からのメッセージとして、今回の発表会とは別に福祉学習の中で「しあわせ」について考えてもらった経過があります。誰もが幸せに暮らせる社会を目指した時に、福祉は福祉の職場だけでなく考えるものではなく、どの職場であっても福祉の考え方が必要にな

ること、今回行った職場体験も含めて様々なことを体験してもらいたいことなどを伝えました。

今回の発表会に参加させていただき、様々な体験をされ、堂々と発表されている中学生の皆様を見て、小諸市の未来は明るいと感じました。



市民活動 井戸端会議 ～できることから始める支え合い～

小諸市市民活動・ボランティアサポートセンター（愛称：ほらせんこもろ）では、地域住民の学びの場や情報交換の機会として、「市民活動井戸端会議」を実施しています。今回のテーマは「できることから始める支え合い」で、約50名が参加しました。

ゲストスピーカーカー3組による活動紹介では、「むつみ会」「有償生活支援サービス」「小諸みんなの食堂会」の事例を聞きまし



「頼みやすい・頼まれやすい関係性をつくる」「できる時に、できることを、できる人が行う」というお話があり、大変参考になりました。

また、参加者同士で意見交換をしながら、「自分にできる住民同士の支え合い」について考え、皆さんの気付き・思いとして、「ちょっとした声掛け」「コミュニケーションが支え合いの第一歩」「地域の活動に参加し、地域のことを知りたい」「今やっている地域活動・ボランティア活動を継続して取り組みたい」といった意見が出ました。

この企画をとおして、できることから始めてみよう」という機運が高まったのではないかと思います。地域の困りごとや活動に関するご相談など、社協（ほらせんこもろ）にお気軽にご相談ください。

（ほらせんこもろは市の委託を受けて運営しています）

ほらせんこもろ開館日変更のお知らせ

令和8年5月1日から、ほらせんこもろの開館日が変更になります

◇開館日…火・水・木・金・土

◇休館日…日・月・祝日

◇開館時間…9時～17時（変更ありません）

※月曜が祝日の場合は翌営業日も休館

※年末年始は休館

地域の皆さまよりご寄付いただきました

福祉のために、活用させていただきます
誠にありがとうございました

カープス佐久こもろ様



小諸商工会議所女性会様



小諸東中学校様



株式会社高見澤様



職員募集案内

◆総合職（新卒）

- ▽業務内容 事務所、及び関連施設等で社会福祉各分野に関する業務全般
- ▽勤務時間 8時30分～17時15分
- ▽採用人数 若干名
- ▽受験資格 平成12年4月2日以降に生まれた人
- ▽必要な資格 社会福祉士・保健師のいずれか、普通自動車運転免許

◆総合職（社会人）

- ▽業務内容 事務所、及び関連施設等で社会福祉各分野に関する業務全般
- ▽勤務時間 8時30分～17時15分
- ▽採用人員 若干名
- ▽受験資格 昭和58年4月2日から平成12年4月1日までに生まれた人
- ▽必要な資格 保健師、普通自動車運転免許

◎受験申込提出書類

〒384-0006 小諸市与良町6丁目5番1号 小諸市社会福祉協議会 総務生活支援係まで、下記書類を郵送にて提出ください。

- ①履歴書（市販の書式に写真添付、必ず本人記入のこと）
- ②最終学校の卒業（見込）証明書
- ③資格証の写し（資格取得見込書等）

◎受付期間 令和8年6月1日（月）から令和8年6月30日（火）まで

◎お問い合わせ 電話：0267-25-7337

福祉車両貸出事業

★貸出料金に変更になります★

小諸市社会福祉協議会では、高齢者・障がい者等の余暇活動の充実を図ることを目的として、福祉車両・車いすの貸し出し事業を行っています。

令和8年4月1日から福祉車両貸出料金が以下の表のとおりとなりますのでご注意ください。

※車いす貸出については例年通り無料で貸出しを行っています。

基本料金（下記基本料金表参照） + 走行距離 1km × 50円

●基本料金表●	社協会費未納者	社協会費納入者
ご利用4時間未満	500円	300円
ご利用4時間以上	1,000円	500円

※この事業は社協会費にて維持・管理がされています。

問合せ：総務生活支援係
電話：0267-25-7337



★譲ります★

用具名
座卓
サイドボード
低めの棚
介護ベッド
土付き盆栽用植木鉢
学校机 椅子セット2組
椅子 2脚
リクライニングベッド
大正琴

●問合せ先：地域福祉係
電話 0267-25-7337

●ホームページ：<https://k-syakyo.org/archives/introduction/2203>

(6ヶ月過ぎても残っている案件は、この「ささえーるこもろ」からは削除致しますが、ホームページには継続して紹介しております。また、登録頂いている全ての写真も掲載しております。)

★譲ってください★

用具名
CDプレーヤー
トラクター
二層式洗濯機

☆「譲ります」側の方と「譲ってください」側の方の情報のみをマッチングします。

両者が揃うまでに時間を要します。マッチング成立まで、現品は「譲ります」側の方で保管して頂きます。また現品の受け渡しは当事者同士で行って頂きます。

☆電気製品の安全と品質確認は「譲ってください」側の方の責任でお願いします。

- 譲りあい商品
 - ・壊れていないもの
 - ・無償で譲渡するもの
 - ・用具によっては未使用なものに限ります



順不同
敬称略

カーブス佐久こもろ店、小諸商工会議所女性会、モチーフの会、小諸東中学校、JA佐久浅間女性会、株式会社高見澤、匿名希望
寄付内容：食糧、未使用日用品、現金など

お心遣いありがとうございます

(令和8年2月～3月受付分)

(順不同敬称略)

編集後記

最近、仕事をしている最中にもAーを活用する場面が増えてきました。悩み相談にも親身になって乗ってくれます。共感してくれるだけでなく、いくつかアドバイスをくれて、自分が抱えているもやもやを晴らしてくれるような存在になっています。

自分が考えていることをまとめてくれたり、そこに新しい知識を加えてくれたりと、自分の第二の頭脳になってくれているAー。頼りきりになってしまうと、自分自身の頭脳がAーになってしまいそうですね。

考えることが得意なAーですが、考えて、行動するのは人間しかできません。使い方を考えて、うまく付き合っていきたいですね。

社協クイズ

正解者の中から抽選で3人の方に図書カードをプレゼント！
当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。

Q. コミュニティテレビこもろで放送中！小諸市社会福祉協議会の活動や事業を紹介している番組の名前はどれでしょう？

- ①思いやり♡チャンネル ②ささえ愛♡チャンネル ③ふれあい♡チャンネル

- 応募方法：クイズの答え、住所、氏名、年齢、電話番号、社協へのご意見・ご要望、ささえーるこもろの感想を添えて応募先まではがきかメールでお送りください。
- 応募締切：5月29日(金) 必着
- 応募先：〒384-0006 小諸市与良町 6-5-1 「小諸市社会福祉協議会広報委員会」宛
- Eメール k-syakyo@ctknet.ne.jp

(1月号の答え) ①

令和8年度 小諸市介護予防 ささえ愛サポーター研修のご案内

◆令和8年度の研修

時 間：原則 14:00～15:30（第1、2回：14:00～16:00）

会 場：小諸市市民交流センター ステラホール

申 込：不要

参加費：無料



中村崇先生



山崎文太先生



佐藤里江先生



◆年間スケジュール

回	日にち	講 演	カンタン運動シリーズ
1	6月30日(火)	さあ始めよう介護予防	
2	7月29日(水)	老化廃用性症候群予防と対策	各区の介護予防教室等で実践できる実技の習得を目指します！ ・筋トレ 足・コア・power ・ヨガ・呼吸・ホメオ・チェアー ・レクリエーション など すぐに使える内容を教えます。 各回でメニューが異なります。 ぜひご参加ください！
3	8月25日(火)	夏の病と寝たきりの関係と対策	
4	9月15日(火)	転ばない体・折れない心を作ろう	
5	9月29日(火)	MCIをYMCAで『認知障害』予防	
6	10月20日(火)	高齢者施設とアニマルセラピー	
7	11月18日(水)	冬の認知対策に音楽とアロマ	
8	12月22日(火)	要支援と要介護を理解する	
9	1月13日(水)	通うリハビリ・訪問リハビリ	
10	2月2日(火)	明日から小諸で何を？	

【ささえ愛サポーターとは？】

小諸市の「支え合う地域づくり」の推進を目指して、各区で行われる介護予防活動等でご活躍される方々です。



ささえ愛サポーターマーク



介護予防の知識・実技を一緒に学びませんか？どなたでもお気軽にご参加ください♪

※この事業は、小諸市から小諸市社会福祉協議会が受託して実施しています